**Тема мастер-класса:** «Развитие эмоционального интеллекта по средствам Арт-терапии»

Здравствуйте уважаемые коллеги, сегодня вашему вниманию представляю опыт работы на тему «Развитие эмоционального интеллекта по средствам Арт-терапии» .

Формирование и развитие подрастающего поколения всегда были важнейшей проблемой общества. На первый план выдвигается социализация личности человека. Я как педагог-психолог как никогда раньше обеспокоена тем, что нужно сделать, чтобы ребенок, входящий в этот мир, стал уверенным, счастливым, умным, успешным.

В своей практике я использую "коробку спокойствия".

Главное, необходимо положить туда предметы для каждого из 5 чувств. Они помогут в момент стресса направить мысли и эмоции ребенка в позитивное русло.

Чтобы "коробка спокойствия" получилась по-настоящему полезной - наполните ее вместе с ребенком, расспросив его о том, на что ему нравится смотреть, какие звуки он любит слышать, какие прикосновения, запахи и вкусы ощущать. Это помогает ребенку снять тревожность и погрузиться в атмосферу спокойствия и гармонии.

Изучив психологические особенности детей КМНС, неотъемлемой частью в работе педагога-психолога считаю арт-терапию, то есть лечение искусством. С помощью арт-терапии можно уравновесить психическое состояние, повысить способности к самовыражению, [рефлексии](https://4brain.ru/blog/%D1%80%D0%B5%D1%84%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%81%D0%B8%D1%8F/) и самопознанию, раскрыть творческий потенциал и задействовать внутренние резервы.

Видов арт-терапии множество. Чаще в своей работе использую:

 ***Музыкотерапия***. В этом случае для лечения применяется музыка. Каждое свое занятие я сопровождаю музыкой, это задает темп занятию и направляет ребенка на предстоящую работу.

 В ***изотерапии*** используются краски и кисти, мелки, пастель, маркеры или фломастеры. Благодаря изотерапии я помогаю своим ребятам управлять своими эмоциями. Направить негативную энергию направить не на человека, а реализовать ее на бумаге.

***Песочная терапия****.* Я считаю, что песок можно заменить на любые сухие подручные средства (крупы: рис, фасоль, гречка) все зависит от вашей фантазии.

 Для снятия психоэмоционального напряжения и тревожности, развитие мелкой моторики, тренировки усидчивости и аккуратности, раскрытие творческого потенциала использую **мандалатерапию.**

***Мандала*** *– обозначает «круг» или "центр".*

Мандалы освобождают нас от повседневного напряжения и стресса. Кроме того, это прекрасный способ самовыражения и раскрытия творческого потенциала. Созерцание и рисование этих фигур является источником расслабления и энергии.

Мандалы можно не только раскрашивать, но и задавать узор при помощи камушек, кругов и квадратов, пуговиц. Ребята раскладывают элементы на мандале, задавая каждый свой узор и вкладывая свой смысл.

Камушки использую на протяжении всего занятия, начиная от разминки, заканчивая ритуалом прощания. Это позволяет подготовиться к предстоящей работе и активизировать процесс общения.

Арт-терапия идеально подходит и для детей с отклонениями в развитии, детей-инвалидов, ребят, страдающих проблемами со зрением и моторикой, аутизмом и ДЦП. Благотворно на их состоянии сказывается не только выполнение упражнений, но и сама атмосфера, в которой занимаются дети – игровая и интересная, веселая и дружественная, корректирующая и развивающая.

Все это способствует благоприятному течению адаптации, что можно увидеть на контрольном срезе диагностики. По диаграмме видно, что после реализации программы высокий уровень адаптации среди первых классов возрос до 25% прослеживается положительная динамика, а низкий уровень отсутствует после реализации программы. Таким образом:

* Ребенок осознает круг своих обязанностей и подчиняется школьным требованиям;
* налажены отношения с одноклассниками и учителем;
* ребенок не создает конфликтных ситуаций в классе;
* владеет необходимыми знаниями, умениями и навыками;

Формируется успешная модель выпускника начальной школы согласно ФГОС:

* любящий свой народ, свой край и свою Родину, патриот своей страны;
* уважающий и принимающий ценности семьи и общества;
* любознательный, активно и заинтересованно познающий мир;
* доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, обосновывать свою позицию.